

Cette semaine est une invitation à se rencontrer dans tous les aspects de Soi, guidé par les sensations du corps cette antenne subtile qui nous met en lien avec nos émotions, nos ressentis, nos sentiments.

Grace à la pratique en Stratégies Corporelles nous développerons une qualité d'attention, une perception fine des ressentis, une conscience des changements subtils qui nous permettent de percevoir ce qui se modifie, ce qui se transforme, quelles énergies sont présentes.

Mais aussi nous créerons une vraie relation de confiance avec notre corps, nous découvrirons comment le soulager, comment bouger aisément, comment se sentir dans un geste juste et dans notre alignement.

A l'aide du Dialogue Intérieur nous installerons l'espace de disponibilité bienveillante à ce qui s'exprime des différents aspects de nous, aimés, ignorés ou rejetés et nous leur offrirons l'accueil qui permet le lien, et la guérison.

Nous apprendrons à connaître la sensation physique et la posture du Moi Prenant Conscience et des différents aspects de soi afin de pouvoir les reconnaître et les inviter dans les situations où leur ressource est la bienvenue.

« Pratiquer le « dialogue intérieur », c'est se laisser étonner par les infinies ressources de notre être. C'est prendre plaisir à soi, prendre plaisir autant à nos fragilités qu'à notre force, à nos bonheurs qu'à nos souffrances, à nos élans qu'à nos limites. »

« Si je n'ai d'autre bâtiment que notre corps conscient, d'autres instruments que nos sept sens, d'autres ailes que celles de l'esprit, n'importe-t-il pas avant tout que je les connaisse, que j'en fasse mes alliés ? »

A.Oesch « L'arche du cœur » Ed. le souffle d'or

Tarifs

Le séjour

Dates séjour :

Du dimanche **22 aout** soir,
au vendredi **27 aout** après midi

Tarifs séjour :

en chambre partagée :
322 euros par personne.

Le stage « corps en dialogue »

Horaires :

Matin : **9h-12h30** Après midi : **16h-18h00**

Tarif du stage : 350€

Contact :

Véronique Blanchard-Heidsieck

Tel : 07 50 80 67 99

E-mail : vblancheid@gmail.com

Site : www.strategiescorporelles.com

Le Corps en Dialogue

Dialogue Intérieur et Stratégies Corporelles Conscientes®

Du 22 soir au 27 aout 2021

Au sud du parc du Vercors dans le Haut-diois



**Habiter son corps de sa Présence
S'accueillir dans les différentes
dimensions de Soi
Soulager ses douleurs et ses peines
S'émerveiller de la Vie**

Site du lieu d'accueil :
<http://www.terriade.com/>

-Je ne sais pas ce qui m'a pris(e), j'étais trop en colère !

A retourner à Véronique Blanchard-Heidsieck-15 rue du chariot d'or 69004 Lyon

NOM Prénom.....

Adresse.....

Téléphone.....

E-mail.....

S'inscrire pour la semaine du 22 août soir au 27 août 2021

Je verse des arrhes de 150€

En cas d'annulation moins de 45 jours avant le début du stage, les acomptes restent acquis.

- Je me sens tellement écrasé(e) incapable que je ne sais pas quoi faire...
- Je suis réconforté(e), léger(e) quand je suis apprécié(e).
- Je ne cesse de me reprocher des choses.
- Dans mon domaine d'expertise je suis solide, responsable, sûr(e) de moi.

Cinq phrases que j'ai peut-être dites dans la même journée !

Tous ces « Je » qui sont moi et pourtant tellement différents dans leur énergie, dans leur expression et dans leur ressenti corporel.

Comment me comprendre ? Comment faire des choix qui me conviennent ballotté(e) comme je suis entre ces émotions ?

- Je ne sais plus comment soulager mes douleurs articulaires ! J'ai tout essayé !
- Je sais, je me tiens mal mais je n'arrive pas à installer une bonne posture.
- Ce collègue j'en ai plein le dos, d'ailleurs je n'arrête pas de faire des lumbagos !

Que faire avec ce que je n'aime pas en moi ? Chez l'autre ?


Que faire avec ce qui souffre en moi dans mon cœur et dans mon corps ?

Le Dialogue Intérieur permet d'éclairer ces différentes « subpersonnalités » auxquelles nous nous identifions tour à tour. Allié à la pratique en Stratégies Corporelles Conscientes qui permet une perception subtile des messages corporelles, nous découvrirons comment soulager nos douleurs installer notre verticalité, à l'écoute du corps nous trouverons la voie et la décision juste, l'apaisement et l'amour de soi, de l'autre.



Véronique Blanchard Heidsieck

Ostéopathe, Praticienne d'Éducation Somatique, Facilitatrice en Dialogue Intérieur
Véronique est depuis 43 ans d'exercice professionnel, à l'écoute du corps et du cœur, en individuel ou en groupe.

Elle a rassemblé les multiples chemins qu'elle a parcourus dans l'exploration corporelle qu'elle propose depuis 20 ans : Stratégies Corporelles Consciente © 



Guillaume Lorton Blanchard

Facilitateur en Dialogue Intérieur,
Praticien en P.N.L., Educateur Somatique en Stratégies Corporelles Conscientes, il soutiendra de ses talents et de sa présence le chemin de chacun.